

## 戸隠マスタースシリーズ 種目評価観点

### ロングターン

- ・斜面や雪質の状況・条件に対応し滑れているか
- ・ターン運動  
(ポジショニングやエッジングがバランスよく調和できているか)
- ・スピードや回転弧のバランスが取れているか
- ・運動の質  
(バランス・リズムタイミングが合っているか)
- ・積極的なスキー操作

### ショートターン

- ・斜面や雪質の状況・条件に対応し滑れているか
- ・ターン運動  
(ポジショニングやエッジングがバランスよく調和できているか)
- ・運動の質  
(バランス・リズムタイミングが合っているか)
- ・リズムカルな左右均等な運動
- ・左右の板の同調

### シュテムターン

- ・斜面や雪質の状況・条件に対応し滑れているか
- ・ターン運動  
(ポジショニングやエッジングがバランスよく調和できているか)
- ・開き出しと引き寄せの運動が明確に出来ているか
- ・ストックを使用する
- ・開き出した時に左右の板の真ん中に重心があるか
- ・適度なズレ幅を使った舵取り

### リズム変化

- ・斜面や雪質の状況・条件に対応し滑れているか
- ・リズムの変化が明確に出来ているか
- ・左右対称の運動が出来ているか
- ・スピードや回転弧のバランスが取れているか

## 総合滑降

- ・斜面や雪質の状況・条件に対応し滑れているか
- ・積極的なスキー操作が出来ているか
- ・バーンに合ったターンリズムの変化や構成が出来ているか
- ・スピードや回転弧のバランスが取れているか